

《情商领导力》

人生不如意之事十之八九，是否能掌控好自己的情绪，不仅攸关我们自身的健康与幸福，还能影响身边的人。

实践证明，通过好的情绪完全可以感染他人、引领他人，这也是很多管理者为什么萌生了要将“情商领导力”实践、研究到底想法的原因。

如果您也有这样的想法就从这门课程开始吧！

课程概述：

“金字塔的建造者，不会是奴隶，应该是一批欢快的自由人！”

一个普通的钟表匠在参观了金字塔之后得出的结论，在 40 年后被考古学家证实，如今得到了管理界的普遍重视。

在互联网时代，高压力的、制度化的约束型管理已经显得越来越乏力，以 85 后和 90 后员工为代表的新生派职场人正在追求精神自由、人际和谐的职场生态。而这个时代，又是产品决胜的时代。产品=功能×情感。其中，功能是标配，情感是强需。而附加在产品上的情感从何而来——从产品的设计、制造、服务的所有环节中来。苹果、小米、海底捞、逻辑思维……这些产品或者服务之所以吸引人，都有着显著的情感特征，而这些情感特征，是由热爱生活的快乐员工创造的！

所以，时代要求每个领导者具备全新的领导力模式：我们需要调动员工情绪，激发员工情感的领导力！只有全情投入，乐在其中的员工，才有可能创造出卓越的产品、服务，进而创造卓越的组织绩效。

相关研究发现，能够创造快乐和谐的情绪的管理者普遍具备几个共同的特征：

- 一、 管理者是自我情绪管理的高手；
- 二、 管理者有一套洞察他人情绪的方法；

- 三、 管理者把团队视为一个整体进行情绪管理，而不是割裂地针对每个员工
- 四、 管理者善于通过共情式的沟通影响他人；

从心理学层面深入到生理调节层面，开发了专业的测量软件和自我训练工具。针对新时代领导力环境的改变，将其研究成果整合成为《情商领导力》课程，在全世界各国的行政管理、尖端科研机构、尖端企业获得了普遍性的应用，超过百万名管理者通过此套方法受益，成为更具竞争力的领导者和管理者；

课程特色：

- **认证课程：**全球领先的认证课程；全新培训思路和模型；
- **体验培训：**运用体验式培训方式，提升学员们的参与度；
- **效果直观：**结合方法和先进技术；证明培训效果有效性；
- **演绎形式：**室内授课 + 可视化情绪反馈仪器 + 体验互动游戏 + 录像观摩 + 案例讨论。

问题与困惑：

困惑一：决断与绩效——领导者非一般企业员工，在与他人沟通中，如何有效避免因为领导者的个人情绪的不稳定所表达出行为而影响下属的情绪，从而影响下属的工作绩效。

困惑二：平衡与和谐——领导者的领导艺术的表现之一就是能够平衡好工作和生活。有魅力的领导不会在工作中情绪失控，破坏工作氛围；工作外也会适当调节内心的不良情绪，从而缓和可能发生家庭矛盾。领导者如果能够管理好自己的情绪令生活保持良好平衡，就可以保持所处环境的长久和谐。

困惑三：人际关系与职业发展——管理者不是独立存在于一个部门，其实，更多的是处于对上、对下跨部门协作的工作环境中。如何保持一种良好的状态，学会有效的沟通方式，进而有利于自己的人际关系与职业发展？

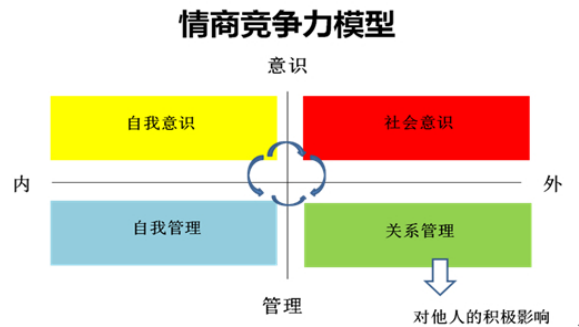
困惑四：影响力与领导力——领导者的领导艺术表现之二就是影响力如何？下属情绪有问题，作为领导者不但可以察觉，而且能够用自身的积极情感去感染下属，可以避免工作中的冲突和矛盾；领导者只有通过改善自身的情绪资本、影响他人，从而建立组织和谐环境。

困惑五：方法与突破——现在我们所面对的问题是成为这样的和谐领导者并不是一件容易的事情，尤其是现今的领导者必须面对许多不可控制的因素，未知的需求和压力的全新时代下，想保持和谐就更难了。这也是我们今天为什么要上这个课程的原因，HeartMath 的研究成果让我们找到了通往和谐的路径，借助心脏的神奇力量，从自我情绪管理入手，开启领导力训练的全新思维。

课程收益：

- 学会正确认识自我情绪及管理情绪，提升工作情商；
- 学会觉察他人情绪及影响他人情绪，提升人际情商；
- 学会洞察团队情绪与动机，有效引领团队，提升领导情商；
- 学会运用同理心和共情，帮助下属走出情绪困境；
- 学会积极关注和教练辅导，激发下属工作活力；
- 学会运用不同风格的领导方式，激励团队成员自愿为组织做出贡献；
- 全面提升个人影响力与领导力，引领组织成员，改善组织绩效。

课程模型：



情商领导力



课程设置：

一、演绎形式

室内授课+可视化情绪反馈仪器+体验互动游戏+录像观摩+案例讨论。

- 课程中提供简单易操作的训练工具和方法，由讲师带领学员进行现场练习，并辅导学员掌握这些工具和方法的要领。
- 通过引入高科技手段，让学员相信方法的有效性，并且愿意坚持练习。
- 课程中 50%为老师讲授，其它时间，会穿插影片，讨论，体验活动的环节。

二、授课对象

- 企业的高、中、基层管理者
- 企业后备干部

三、授课时长

- 2-3 天 (21 学时)

四、 适用人数

- 20-40 人

课程纲要：

第一模块：导入

- 1) 情绪资本时代
- 2) 领导与领导力
- 3) 领导力与影响力
- 4) 影响力与情商竞争力
- 5) 情商竞争力模型
 - 自我意识
 - 自我管理
 - 社会意识
 - 关系管理
- 6) 情商领导力
- 7) 情商领导力模型
 - 管理自我——个人的领导魅力
 - 影响他人——员工的情绪教练
 - 引领组织——组织的情绪资本

第二模块：性格管理篇

- 1、自我性格剖析和管理
- 2、角色我、本我和理想我的区别
- 3、各种性格类型解析
- 4、四型性格分析讲解
- 5、不同性格人的沟通管理之道

第三模块：管理自我篇

优秀的领导者需要的情绪状态：和谐

▣自我意识：自我的情绪觉察

- 1) 觉察自己的情绪状态
- 2) 情绪的生理机制
- 3) 情绪的分类与解读（情绪坐标）
- 4) 情绪对生理、心理及认知的影响
- 5) 情绪的心理机制
- 6) 情绪的测量与解读（HRV 心率变异性）

▣自我管理：自我的情绪管理

- 1) 心脑沟通与情绪管理
- 2) 情绪管理的有效方法：快速和谐法
- 3) 自我情绪的积极状态：心流
- 4) 运用积极情绪的力量

学员在本模块掌握的工具：四象限情绪分析技术

快速和谐技术

第四模块：影响他人篇

▣人际意识：他人的情绪识别

- 1) 情绪的传递
- 2) 情绪与选择性知觉
- 3) 情绪识别：同理心的运用
 - 认知同理心
 - 情绪同理心
 - 同理心关怀

▣人际关系管理：他人的情绪管理(心随意转)

- 1) 他人情绪管理：情绪教练
 - 转换情绪（共情）
 - 转换观念（ABC）
 - 转换视角（积极关注）
- 2) 教练式领导：从个人到组织

学员在本模块掌握的工具：微表情识别技术

和谐沟通技术

BEST 对话辅导技术及现场演练

第五模块：引领组织篇

▣组织意识：团队的情绪认知

1) 什么是团队情绪

2) 团队情绪产生的机制

3) 团队情绪与心理需要

4) 团队激励因素

▣组织关系管理：团队的情绪管理（随心而变）

1) 愿景式领导：

- 影响成就的心理因素
- 愿景与价值观
- 明确个人与组织愿景
- 价值观与价值观调整

2) 民主式领导：

- 权力、影响力及驱动力
- 给予权力实务
- 赋予权力感觉
- 创造民主氛围

3) 亲和式领导：

- 情感共鸣
- 团队情绪与情感账户
- 经营情感账户
- 打造亲和文化

学员在本模块掌握的工具：团队情绪分析技术

价值观排列工具

故事引导法

总结：恪守与改变

训练情商领导力，打造和谐领导者

学员感言：

情绪能够影响下属的工作，影响团队的绩效，我们之前也知道，但是有时候就是欠缺调节自己情绪的方法，这个课程正好解决了这个问题。

通过仪器能够清楚地看到自己的情绪变化以及调节结果，很直观，也很有意思，这样的培训效果很好。